

2026.7月予定表

岐 中 道 場		松 涛 館 道 場
月	木	水
※	2	1
6	9	8
13	16	15
20(祝)休み	23	22
27	30	29

※第27回 東海北信越地区空手道選手権大会

日 時 : 7月12日(日)

開会式AM9:00 AM9:30試合開始

場 所 : 静岡県焼津シーガル体育館

参加者 : 拳正会選手・指導員・審判員

※岐中支部 強化稽古

(注)岐中支部道場生 全員対象 7月の強化稽古です。

場 所 : 徹明公民館

日 時 : 7/19(日) 9:00~10:30 白帯~自由参加
10:30~12:00 紫帯以上(含拳正会員)

※ 必ず補給水分と防具を持参して下さい。

参加費 1人500円(使用料等収支決算後残額があれば、同志会へ入金します。
出席名簿に記入の上、箱に入金してください。)

<熱中症対策について 松下美保子先生より>

Tシャツですが、綿のものは汗を発散しないため、かえって熱中症の危険が高まります。ドライタイプのTシャツ着用をお願いいたします。

また、水分は水ではなく、ミネラルの入ったもの。イオン飲料や麦茶、を持参してください。

イオン飲料が苦手な子もいるかと思いますが、その際は塩分補給のタブレット等を使用するなどして、熱中症予防に努めていただきたいと思います。よろしくをお願いいたします。